અંક : ૧૯

જાન્યુઆરી ૨૦૨૪

દશનામ

સરક્યુલર

Happy New Year

દશનામ

ઈ સરક્યુલર

વર્ષ : ૦૨

●

અંક : ૧૯

●

જાન્યુઆરી ૨૦૨૪

●

તંત્રી
લલિતપુરી રામપુરી ગોસ્વામી

●

E-mail
dashnamcircular@gmail.com

●

પ્રકાશન અને સંકલન
લલિતપુરી આર. ગોસ્વામી
સુરત.
મો. 98985 50833

●

ડિઝાઈન
જી.પબ્લીકેશન્સ
સુરત.

●

પ્રાપ્તિ સ્થાન

Join us on **WhatsApp Group**
JOIN

Follow us on **Telegram**
JOIN

For All Volume **Google Drive**
CLICK

તંત્રીલેખ...

શાંતિ શક્તિ...

વિશ્વમાં પ્રત્યેક મનુષ્યાત્માને સૌથી પ્યારી ચીજ હોય તો તે શાંતિ છે. દરેકના જીવનનું લક્ષ્ય શાંતિ પ્રાપ્તિ છે. શાંતિ એ જીવનની અમૂલ્ય નિધિ છે, ખજાનો છે. શાંતિ એ સંસ્કૃત સમાજનું પ્રમુખ લક્ષણ છે.

યાદ રહે - અવાજની ગેરહાજરી એ શાંતિ નથી. પરંતુ શાંતિ એ મનની સ્થિતિ છે. જેમાં મન વ્યર્થ સંકલ્પોથી મુક્ત સમર્થ સંકલ્પોથી ભરપૂર રહે છે. શાંતિ એ આત્માનો સ્વધર્મ છે. તેથી તેને બહારથી મેળવી શકાય નહીં, પરંતુ અંતર મનમાં જ તેની અનુભૂતિ કરી શકાય છે.

* શાંતિ સર્વગુણોને ખેંચી લાવે છે. તેનાથી સર્વગુણોની ધારણા સરળ બને છે.
* શાંતિની શક્તિ ગમે તેટલા જૂના ખરાબ સંસ્કારોને પણ ખતમ કરી દે છે.
* શાંતિની શક્તિ ક્રોધાગ્નિને શીતલ કરી દે છે.
* શાંતિથી કાર્યકુશળતા વધે છે.
* શાંતિ અનેક પ્રકારના માનસિક રોગોને સહજ સમાપ્ત કરી દે છે.
* શાંતિની શક્તિથી ઓછા સમયમાં વધુ સફળતા મેળવી શકીએ છીએ.
* જગતની સર્વ સમસ્યાઓના ઉકેલ માટે તેમજ મનની એકાગ્રતા માટે શાંતિની આવશ્યકતા છે.

- લલિતપુરી આર. ગોસ્વામી

દશનામ

ⓔ સરક્યુલર

... અનુક્રમણિકા ...

શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતા

સમસ્ત **માનવ સમાજ** માટેનો **ગ્રંથ** અને **ધર્મ** છે.

- રમેશપુરી યુ. ગોસ્વામી 'સારથિ'
લાકડિયા, ભચાઉ (કચ્છ)



ગીતા જયંતી ભારત સહિત વિશ્વ ભરનાં હિંદુઓ આ દિવસ મનાવે છે. વિશ્વનો એકમાત્ર સનાતન ધર્મ એવો છે, જેને સ્વયંભૂ છે. ભગવાન શ્રી કૃષ્ણ અને રામથી પહેલે પણ હિંદુ ધર્મ હતો. વિશ્વનાં અનેક સાહિત્યકારોએ પોતપોતાની ભાષામાં અનુવાદ કરીને ગીતા જ્ઞાનને જગતનાં ચોકમાં મુકી દીધું છે.

આજ થી ૫૨૫૦ વર્ષ પહેલાં અવતરેલા ભગવાન શ્રી કૃષ્ણ દ્વારા કહેવામાં આવેલ ગ્રંથ શ્રીમદ ભગવદ ગીતા કોઈ એક ધર્મ માટે નહીં, પણ સમગ્ર માનવ પ્રજાતિ માટે ઉપદેશાયેલો ગ્રંથ છે. કોઈ ભેદભાવ વગર, જ્ઞાતિવાદથી ઉપર ઉઠી ને કહેવામાં આવેલ ગ્રંથ આજે પણ એટલો જ પ્રસ્તુત છે.

આમ તો હિંદુઓનાં અનેક ગ્રંથો છે.



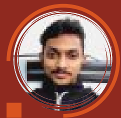
રામાયણ, મહાભારત, ચાર વેદ, પુરાણ, ઉપનિષદ, ઇત્યાદિ. પણ આ સૌમાં સૌથી પવિત્ર ગીતાજીને ગણવામાં આવે છે. વિશ્વ ચિંતકોએ અધ્યાયોનું અધ્યયન કરીને માર્ગદર્શન લીધું છે. તમામ ધર્મનાં અનુયાયીઓએ ગીતાજીને વાંચીને પોતાનાં મંતવ્યો રજુ કર્યાં છે કે આ માનવ માત્રની વાત છે. સંસ્કૃતમાં રચાયેલ ગ્રંથમાં ૧૮ અધ્યાય છે. ૭૦૦ શ્લોકો છે. જેમાં,

(૧) અર્જુનવિષાદ યોગ, (૨) સાંખ્ય યોગ, (૩) કર્મ યોગ, (૪) જ્ઞાનકર્મ સન્યાસ યોગ, (૫) કર્મ સન્યાસ યોગ, (૬) આત્મ સંયમ યોગ, (૭) જ્ઞાન વિજ્ઞાન યોગ, (૮) અક્ષરબ્રહ્મ યોગ, (૯) રાજવિધા રાજગ્યુહ યોગ, (૧૦) વિભૂતી યોગ, (૧૧) વિશ્વરૂપ દર્શન યોગ, (૧૨) ભક્તિ યોગ, (૧૩) ક્ષેત્રક્ષેત્રેજ્ઞ યોગ, (૧૪) ગુણત્રયવિભાગ યોગ, (૧૫) પુરુષોત્તમ યોગ, (૧૬) દેવસુરસંપ દ્રીવભાગ યોગ, (૧૭) શ્રધ્ધાત્રય વિભાગ યોગ, (૧૮) મોક્ષ સન્યાસ યોગનો સમાવેશ થાય છે. આદિ જગદગુરુ શંકરાચાર્ય સ્વામીએ શાંકરા ભાષ્ય સંસ્કૃત ભાષામાં અનુવાદ કરેલ. તેરમી સદીમાં સંત જ્ઞાનેશ્વર એ મરાઠી ભાષામાં સૌને સમજાય એવી સરળ ભાષામાં જ્ઞાનેશ્વરી ગીતા લખી. ઉપરાંત સમય સમય પર અનેક સંતોએ ગીતાના પોતપોતાની ભાષામાં અનુવાદ કર્યો. લોકમાન્ય ટિળકે ગીતા રહસ્ય લખ્યું. સ્વામી વિવેકાનંદ એ ભક્તીયોગ, જ્ઞાનયોગ, રાજયોગ પર અનેક પુસ્તકો લખ્યાં. અનેક પ્રવચનો આપ્યાં. યોગેશ્વરજી, રામસુખ દાસજી, મુકતાનંદ સ્વામી, પાંડુરંગ આઠવલે, એ.સી.ભક્તિ વેદાંત સ્વામી સહિત અનેક વિદ્વાનોએ ગીતાને પોત પોતાની શૈલિમાં રજુ કરી. વિશ્વનાં ખ્યાતનામ લેખકો, ઇતિહાસકારોએ પણ ગીતાજી પર પુસ્તકો લખ્યાં છે. ૧૭૮૫માં વૉરન હેસ્ટીગ ચાર્લ્સ વિલ્કીન્સ દ્વારા ગીતાજીનું અંગ્રેજીમાં અનુવાદ કરવામાં આવેલ. આ કદાચ પ્રથમ અંગ્રેજી ગીતા કહેવાય છે. એડવિન આરનોર્લ્ડએ આ ગ્રંથનો અંગ્રેજીમાં અનુવાદ કરીને નામ આપ્યું ધ સૉંગ સોલીસિયેલ. આ બંને અનુવાદોથી વિશ્વમાં ગીતાનું મહાત્મ્ય ખુબ ચર્ચામાં આવ્યું. લોકો ભારતીયતા પ્રત્યે ઉંડાણથી વિચારવા મજબુર થયા. સ્કેલેગેલ એ લેટિનમાં અને વૉન હમબોલ્ડએ જર્મની ભાષામાં અનુવાદ કરેલ. લેરેન્સ નામના જિજ્ઞાસુ સાહિત્ય કારે ફ્રેન્ચમાં ગાલાનોસો એ ગ્રીક ભાષામાં અનુવાદ કરેલ. ત્યાર બાદ તો જગત આખું શ્રીમદ ભગવદ્ ગીતાને જાણવા લાગ્યા. આજે વિશ્વની તમામ ભાષાઓમાં ગીતાજી ઉપલબ્ધ છે. આખું જગત આ ગ્રંથને માનવ માત્રનો ગ્રંથ માને છે.

જય શ્રી કૃષ્ણ.

સાયબર ફ્રોડથી બચવા માટે ધ્યાનમાં રાખવા જેવી બાબતો...

ચિરાગગીરી જી. ગોસાઈ
અમદાવાદ



સાયબર ફ્રોડથી બચવા માટે ધ્યાનમાં રાખવા જેવી બાબતો / સાવચેતી :

* અજાણ્યા લોકોની કોઈપણ પ્રકારની ફ્રેન્ડ રીકવેસ્ટ સ્વીકારશો નહીં અથવા મોકલેલ લીંક પર કલીક કરશો નહીં કે ડાઉનલોડ કરશો નહિં.
* ઓનલાઈન સોશ્યલ મીડિયા પ્લેટફોર્મ પર તમારી અંગત માહિતી કે ફોટા શેર કરશો નહિં.
* ઓનલાઈન કંઈપણ પોસ્ટ કરતા પહેલા બે વાર વિચારવું જોઈએ કે આ પોસ્ટ કરવાથી ફાયદો કે નુકશાન શું છે.
* જો તમે સાયબર બુલિંગના ભોગ બનો તો તુરંત જાણકાર વ્યકિતને વાત કરી સલાહ લો.
* સોશ્યલ મિડીયા પ્રોફાઈલ પ્રાઈવેટ અને લોક રાખો.
* જો તમારી સાથે આવું કંઈક થાય તો તમારો સંપર્ક જે તે ફ્રોડ કરનારી વ્યકિત કરી શકે નહીં તે માટે વોટ્સએપ અને સોશ્યલ મિડીયા એકાઉન્ટ બંધ રાખવું.
* કોઈપણ ધમકીથી ગભરાઈને કોઈપણ પ્રકારની નાણાંકીય લેવડ-દેવડ કરવી નહીં. શરમ કે સંકોચ રાખ્યા સિવાય સીધા પોલીસ વિભાગનો સંપર્ક કરવો જોઈએ.



* જો આપ મેટ્રીમોનીયલ સાઈટ ઉપર આનું કે પરિવારના કોઈ યુવક-યુવતીનું રજીસ્ટ્રેશન કરાવો તો વિશ્વાસુ સાઈટ જોઈને જ કરાવો.
* તમારી દરેક એકટીવિટીને સોશ્યલ મિડીયા પર અપલોડ કરવાનું ટાળો.
* જાહેર સ્થળોની ફ્રી વાઈ-ફાઈ સુવિધાનો ઉપયોગ કરવાનું ટાળો.
* તમારો પાસવર્ડ ઓછામાં ઓછા આઠ અક્ષરો બનાવવા જોઈએ જેની અંદર એક કેપીટલ લેટર, સ્મોલ લેટર, ન્યુમેરિક નંબર અને સિમ્બોલનો ઉપયોગ કરવો.
* તમારા ડિજીટલ ઉપકરણ જેવા કે મોબાઈલ, કોમ્પ્યુટરમાં સિકયોરીટી કે એન્ટી વાયરસ સોફ્ટવેર રાખો. તેમજ તમામ એપ્લીકેશનને અપડેટ રાખો.
* તમારા સોશ્યલ એકાઉન્ટમાં ટુ-સ્ટેપ વેરીફિકેશનનો ઉપયોગ રાખો.
* કોઈપણ લોભામણી જાહેરાત જોઈ લલચાવું નહીં પણ જે તે કંપનીની ઓફીશીયલ વેબસાઈટ પર જઈ તે જાહેરાતની ખરાઈ કરવી જોઈએ.
* પોર્નોગ્રાફી કે ચાઈલ્ડ પોર્નોગ્રાફી જોવી કે ઉતારવી કે ડાઉનલોડ કે ફોરવર્ડ કરવી નહિં.
* સોશ્યલ મિડીયાનો કોઈપણ મેસેજ સમજયા કે ખરાઈ કર્યા વગર ફોરવર્ડ કરશો નહિં.
* જો ઓનલાઈન થયા હો ત્યારે કંઈ પણ અયોગ્ય દેખાય તો તરત એ વેબસાઈટ પરથી બહાર નિકળી જાવ અને જાણકારને જાણ કરી સલાહ લો.
* આપનો પાસવર્ડ થોડા થોડા સમયે

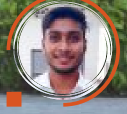
બદલતા રહેવું જોઈએ.

* દિવસમાં એકવાર મોબાઈલ કે કોમ્પ્યુટર કે ટેબલેટ સંપૂર્ણ બંધ કરી ઉપકરણને રિસ્ટાર્ટ કરો.
* કોઈપણ ઓટીપી કે સીવીવી કે પીન નંબર અન્ય કોઈપણ વ્યકિત સાથે શેર કરશો નહિં.
* કેવાયસી ઓનલાઈન અપડેટ કરવામાં આવતું નથી જે માટે રૂબરૂ જ બોલાવવામાં આવે છે તેથી કોઈપણ વ્યકિત ફોન કે અન્ય પ્રકારે આ વિગત માંગે તો આપશો નહિં.
* એટીએમ મશીનમાં જતી વખતે એ મશીનમાં કોઈપણ પ્રકારના સ્કિમર બગાડેલ નથીને તે ચેક કરવું.
* એટીએમમાં આપના ઉપયોગ વખતે અન્ય કોઈપણ વ્યકિતને અંદર રાખશો નહિં.
* રેસ્ટોરન્ટ, પેટ્રોલપંપ પર પીઓએસ મશીન પોતાની પાસે મંગાવીને ચેક કરીને કાર્ડ આપવું.
* સિમકાર્ડ સંબંધિત માહિતી કે ઓળખ અન્ય કોઈ સાથે શેર કરશો નહિં.
* જો આપના મોબાઈલમાં નેટવર્ક સતત જતું રહેતું હોય તો ઓપરેટરનો સંપર્ક કરવો કે અન્ય કોઈ એ આપના સિમકાર્ડનું કલોનીંગ (ડુપ્લીકેટ બનાવેલ) કરેલ નથી ને.
* રીઝર્વ બેંક ઓફ ઈન્ડીયાની માન્યતા મળી હોય તેવી જ એપ્લીકેશન ડાઉનલોડ કરો.
* કોઈપણ એપ્લીકેશન ડાઉનલોડ કરતી વખતે કોન્ટેકટ અને ફોટો ગેલેરીનો એકસેસ કરવાની પરવાનગી આપવી નહિં.
* ઓનલાઈન પ્રોડકટ માટે નાણાંકીય વ્યવહારો કરતી વખતે સાવચેત રહેવું.
* હંમેશા નાણાં મેળવવા માટે તમારો પીન કે પાસવર્ડ કયાંય દાખલ કરવાની જરૂર નથી.
* જો કોઈપણ યુપીઆઈ અથવા અન્ય કોઈ એપ્લિકેશન તમને વ્યવહાર પૂરો કરવા તમારો પીન કે પાસવર્ડ માંગે તો તેનો અર્થ એ થાય કે તમે પેસા મેળવવાને બદલે મોકલવાનું કાર્ય કરી રહ્યા છો.
* બેંક કે અન્ય કોઈ સરકારી, અર્ધસરકારી કે ફાયનાન્શીયલ ઈન્સ્ટીટયુટ તમારી સાથેના કોઈ વ્યવહાર માટે તમારો ઓટીપી કે પાસવર્ડ માંગતી નથી.



ડિપ્રેશનનો સચોટ ઈલાજ...

સુરજપુરી ડી. ગોસ્વામી
સુરત



લગભગ 60 વર્ષના એક સજ્જન વ્યક્તિ ડિપ્રેશનથી ગ્રસ્ત હતા ...

તેથી તેમની પત્નીએ એક મનોચિકિત્સકની એપોઇન્ટમેન્ટ લીધી જે જ્યોતિષવિદ્યા પણ જાણતા હતા.

એમને કહ્યું કે તેમના પતિ ભયંકર હતાશામાં છે, કુંડળી પણ જુઓ અને તેઓએ એમ પણ કહ્યું કે મારા પતિને કારણે મને પણ સારુ લાગતું નથી.

જ્યોતિષે કુંડળી પર ખૂબ ગંભીરતાથી જોયું અને બધું ઠીક લાગ્યું.

હવે તેમણે કાઉન્સલિંગ શરૂ કરી. તેમણે કેટલીક અંગત બાબતો પણ પૂછી અને સજ્જનની પત્નીને બહાર બેસવાનું કહ્યું.

સજ્જન બોલતા ગયા... હું ખૂબ પરેશાનછું... ચિંતાઓથી દબાઈ ગયો છું... કામનું દબાણ... ચિલ્ડ્રન્સ એજ્યુકેશન અને આખા પરિવારનું ટેન્શન... હોમ લોન... કાર લોન... કંઇ મન લાગતું નથી... દુનિયા મને તોપ સમજે છે... પણ મારી પાસે કારતૂસ જેટલા સંસાધનો પણ નથી. હું હતાશામાં છું... એમ કહીને આખા જીવનની કિતાબ જ્યોતિષની સામે રાખી...

વિદ્વાન મનોચિકિત્સકે કંઈક વિચારીને પછી પૂછ્યું ....

તમે વર્ગ 10 માં કઇ શાળામાં અભ્યાસ કર્યો છે?

સજ્જને તેને તેની સ્કૂલનું નામ કહ્યું ...

કાઉન્સેલરે કહ્યું કે તમારે તે શાળામાં જવું પડશે... અને ત્યાંથી, તમારે દસમા વર્ગનું જૂનું રજિસ્ટર લાવવું પડશે.

સજ્જન શાળાએ ગયા....

રજિસ્ટર લાવ્યા...

પછી કાઉન્સેલરે કહ્યુ કે રજીસ્ટર માંથી તમારા સાથીઓના નામ લખો અને તેમને શોધો અને તેમની હાલની પરિસ્થિતિ વિશે માહિતી મેળવવાનો પ્રયાસ કરો.

ડાયરીમાં બધી માહિતી લખી અને એક મહિના પછી મળવું

કુલ 4 રજીસ્ટર હતા જેમાં 200 નામો હતા...

આખા મહિના દરમ્યાન દિવસ રાત પ્રવાસ કર્યો...

નસીબ જોગ તેમના 120 ક્લાસના મિત્રો વિશેની માહિતી એકત્રિત કરવામાં સફળતા મળી.

આશ્ચર્યજનક રીતે તેમાંથી 20% મૃત્યુ પામ્યા હતા.

13 છોકરીઓ છૂટાછેડા લીધેલી અથવા અલગ રહેતી હતી.

15% નશો કરેલા હતા જે વાત કરવા જેટલી હાલત માં પણ નહોતા.

20% મિત્રોની ખબર ન મળી કે તેઓ હાલમાં ક્યાં છે.

5% એટલા એટલા બધા ગરીબ નીકળ્યા કે વાતજ ના પૂછો...

5% એટલા સમૃધ્ધ બન્યા હતા કે જેઓ તેમને મળવા પણ માગતા ન હતા.

કેટલાક લકવાગ્રસ્ત, ડાયાબિટીસ, અસ્થમા અથવા હૃદયના દર્દીઓ હતા,

3-4% અકસ્માતમાં તેમના હાથ/પગ અથવા કરોડરજ્જુની ઇજાઓ સાથે પથારીમાં હતા.

2 થી 3% ના બાળકો પાગલ અથવા નકામા નીકળ્યા.

1 જેલમાં હતો ...

અને એક 60 વર્ષની ઉંમરે સેટલ થયો તેથી હવે લગ્ન કરવા માંગે છે...

એક હજુ સેટ થયેલ ન હતો..

બે વાર છૂટાછેડા થયા પછી પણ ત્રીજા લગ્ન ની વેતરણમાં હતો....

મહિના ભર દસમા વર્ગના બધા રજિસ્ટર ભાગ્યની વેદના જાતેજ જણાવી રહ્યા હતા...

કાઉન્સિલરે પૂછ્યું, હવે મને કહો કે ડિપ્રેશન કેવું છે ?

હવે આ સજ્જન ખૂબ સારી રીતે સમજી ગયા છે કે તેમને કોઈ જ બીમારી નથી...

પોતે ભૂખે તો મરી નથી રહ્યા,

દિમાગ એકદમ સારું છે,

કોર્ટ-કચેરી-પોલીસ-વકીલો સાથે કોઈ દિવસ પનારો પડ્યો નથી,

પત્ની અને બાળકો ખૂબ સારા છે, સ્વસ્થ છે,

તેઓ પોતે પણ સ્વસ્થ છે,

ડોકટર કે દવાખાના સાથે પણ પનારો પડ્યો નથી.

પછી તેમને લાગ્યું કે દુનિયામાં ખરેખર ઘણી બધી મુશ્કેલીઓ છે અને હું ખૂબ જ ખુશ અને ભાગ્યશાળી છું.

વિશ્વાસ કરો...

તમારી પાસે જે છે તેટલુંપણ આ દુનિયામાં ખૂબ ઓછા માણસોના નસીબમાં હોય છે.....

માટે ખુશ રહો, સ્વસ્થ રહો અને હંમેશાં મસ્ત રહો...

સંતોષથી મોટી કોઈ સંપત્તિ નથી....!!

''ભાઈ-બહેન'' એ આપણા મા-બાપે આપણી **વૃદ્ધાવસ્થા** માટે રાખેલી બહું **મુલ્યવાન** સંપત્તિ છે.

પિતામ્બરપુરી આર. ગોસ્વામી
સુરત



"ભાઇ અને બહેન" એ આપણા માં - બાપે આપણી વૃદ્ધાવસ્થા માટે રાખેલી બહુ મુલ્યવાન સંપત્તિ છે. જેની કદર આપણને ખુબ મોડેથી થાય છે.

આપણે નાના હતા ત્યારે ભાઇ બહેન જ સૌથી નજીકના મિત્રો હતા. દરરોજ સાથે રમતા, જમતા, ઝગડતા. છતાં એક બીજા વગર ચાલતું નહીં. આમ ને આમ (મોટા થવાની હોંશમાં) ક્યારે બચપણ વિતી ગયું? એની ખબર જ ના પડી.

મોટા થયા એટલે બધા પોત પોતાના સંસારમાં ખોવાઈ ગયા. પોતાનું અલગ જીવન શરૂ થયું. ભાઈ બહેનની મુલાકાત પ્રસંગોપાત જ થવા લાગી.

આ તો માં - બાપનાં આશીર્વાદ જ હતા. જેણે આપણને જોડી રાખ્યા. ધીરે ધીરે આપણે વૃધ્ધ થઈએ. એની વાટ જોતા રહ્યા. આપણા માં - બાપ આપણને છોડી ગયા છે અને આપણી આજુબાજુના સગા સંબંધીઓની સંખ્યા પણ ઓછી થવા લાગી, ત્યારે ધીરે ધીરે આપણને એ (ભાઈ બહેન) વાત્સલ્યની કિંમત સમજાવા લાગે છે.

૭૧ વરસનો ભાઈ તેની ૬૬ વરસની નાની બહેનને મળવા ગયો હતો. થોડીવાર પછી બંન્ને છુટા પડ્યા ત્યારે બહેનને અચાનક કંઈ યાદ આવ્યું....

એ ભાઈની કાર પાછળ દોડવા લાગી. ભાઈએ તરત જ કાર ઊભી રાખી. બહેને ભાઈના હાથમાં એક ડબ્બો મૂક્યો અને કહ્યું, "તારી ભાવતી વસ્તુ છે. તને આપવાનુ ભૂલી ગઈ." એનું બોલવાનું પૂરું થાય એ પહેલા જ ભાઈ બહેનની આંખોમાંથી અશ્રુ ધારા વહેવા લાગી.

આ ઉંમરે ભાઈ બહેનનું મળવું એ ખૂબ જ ભાગ્યની અને ગૌરવની વાત છે.

હા, આપણે મોટા (વૃધ્ધ) થઈ એ ત્યારે જ આપણને સમજાય છે કે આ જગતમાં લોહીનાં સંબંધોથી જોડાઈ રહેવું કેટલું મહત્વનું છે....!!!

જ્યારે આપણે વૃધ્ધત્વનાં ઉંબરે ઊભા હોઈએ અને માં - બાપ બંન્ને હયાત ન હોય ત્યારે ભાઈ બહેન જગતનાં સૌથી નજીકનાં સંબંધી હોય છે. મિત્રો દુર જઈ શકે છે. છોકરાઓ મોટા થઈને દૂર જઈ શકે છે. ત્યારે ફક્ત ભાઈ બ્હેનનો સાથ જીવનનો ઉતરાર્ધ પૂરો કરવા અંત સુધી સાથ આપી શકે છે.

આપણે વૃધ્ધ થયા તોય ભાઈ બહેનો ભેગા મળીએ તે એક અનેરો આનંદ છે. એમના સહવાસ માત્રથી નિસ્વાર્થ હુંફનો અહેસાસ થાય છે અને તે અહેસાસથી ગમે તેવી મુશ્કેલીનો સામનો કરવા માટે હિંમત અને બળ મળે છે.

ભૂતકાળમાં કોઈ અપ્રિય ઘટનાઓ કોઈ કારણોસર કે મજબુરીથી થઇ હશે તોય ભાઈ બહેને એક બીજા માટે વધારે સહનશીલ અને ક્ષમાશીલ રહેવું જોઇએ.

એવી કોઈ ગાંઠ નથી, જે ભાઈ બહેન વચ્ચે બાંધી શકાય. એવી કોઈ ઢાલ નથી કે જે ભાઈ બહેન વચ્ચે આવી શકે અને કદાચ આવી હોય તો એને કાઢી ના શકાય.

ભાઈ બહેને ક્યારેય જૂના ઉખેડા કાઢવા નહીં, નારાજગીને પોસવી નહીં.

પરસ્પર થોડા અવલંબિત બની એકબીજાના સ્નેહભાવ વધારીએ તો આ નિસ્વાર્થ સંબંધો વધારે મજબુત થશે. અને ચોક્કસ થશે જ.

કારણ આ સંસારમાં આપણા માં-બાપે આપણા માટે રાખેલો આ સૌથી મૂલ્યવાન લોહીનાં અતુટ સંબંધોનો વારસો છે.



શ્રી દશનામ ગોસ્વામી જ્ઞાતિ મંડળ (રજી. ટ્રસ્ટ) જામનગર સંચાલિત

શ્રી ચેતનગીરી મધુગીરી ગોસ્વામી

દશનામ ગોસ્વામી મેડિકલ ભવન - અમદાવાદ

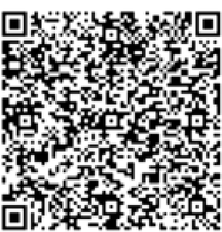
સિવિલ હોસ્પિટલ, ગેઈટ નં. ૫ ની સામે, મુખીવાસ, જહાંગીરપુરા, અસારવા, અમદાવાદ. M.: 98984 16915

શ્રી દશનામ ગોસ્વામી સમાજના દર્દી પરિવારને
વિનામુલ્યે (નિ:શુલ્ક)
રહેવાની સુવિધા પુરી પાડતું **ભવન.**

આ કલ્યાણકારી સેવાકીય કાર્યમાં યથાશક્તિ સ્વૈચ્છીક યોગદાન આપી આભારી કરશોજી.

મેડિકલ ભવન માટેનું આપવામાં આવેલું દાન સંપૂર્ણપણે આવકવેરા નિયમને આધિન 11(B)80G(5)25/11-12/903 JAMNAGAR DT: 29/6/2912 ના આધારિત આવકવેરામાં માફી પાત્ર છે.

SCAN TO PAY
WITH ANY BHIM UPI APP



:: બેંકની વિગત ::

ખાતાનું નામ : **શ્રી દશનામ ગોસ્વામી જ્ઞાતિ મંડળ જામનગર**
બેંકનું નામ : **બેન્ક ઓફ બરોડા** (લાલ બંગલા શાખા) જામનગર.
ખાતા નંબર : **58090 10000 0447**
IFSC Code : **BARB0LALJAM** (Fifth Letter is ZERO)

:: વહીવટી કાર્યાલય ::

શ્રી હેમેન્દ્રગીરી સુંદરગીરી ગોસ્વામી
સ્વામિનારાયણ નગર, શેરી નં. ૫ (બંધ શેરીના નાકે), હાલાર હાઉસ પાછળ, જામનગર-૩૬૧૦૦૧. **M.: 98248 88187**

અમૃત બિંદુ...

- સંગીતનું એકાદ વાજિંત્ર વગાડતા આવડવું જ જોઇએ
- જમ્યા પછી ઇશ્વરનો આભાર અવશ્ય માનવો.
- ઘર પોષાય એટલી કિંમતનું જ લેવું.
- ઊંચી કિંમતવાળી વસ્તુઓની ગુણવત્તા પણ ઊંચી જ હશે એમ માની લેવું નહીં.
- કોઇને બોલાવવા ચપટી વગાડવી નહીં..
- સંતાનોને કડક શિસ્ત પાઠ ભણાવ્યા પછી તેને ઉષ્મા પૂર્ણ ભેટવાનું ભૂલશો નહીં.
- જે માણસ પગાર ચૂકવે છે તેની ક્યારેય ટીકા ના કરો.
- બચત કરવાની શિસ્ત પાળો.
- ગંભીર બિમારીમાં ઓછામાં ઓછા ત્રણ મોટા ડોકટરોનો અભિપ્રાય લો.
- મોટી સમસ્યાઓથી દૂર ભાગો નહીં, મોટી તક એમાં જ હોઇ શકે છે.
- ઘરે કોઇ આવે તો એને ઊભા થઇ આવકારો.
- ઘરડાં માણસો સાથે ખૂબ સૌર્જન્યતાથી અને ધીરજથી વર્તન કરો.
- વાતચિતમાં શબ્દો વાપરતી વખતે કાળજી રાખો.
- ફોનની ઘંટડી વાગે ત્યારે રિસિવર ઉપાડીને સ્ફૂર્તિ ભર્યા અવાજે વાત કરો.
- અફસોસ કર્યા વિનાનું જીવન જીવો.
- લોકોને તમારી સમસ્યાઓમાં રસ નથી હોતો એટલું યાદ રાખો.
- જે ગાંઠ છોડી શકાય એવી હોય તેને કાપશો નહીં.
- નકારાત્મક પ્રકૃતિના માણસોને મળવાનું ટાળો.
- રાત્રે જમતી વખતે ટી.વી બંધ રાખો.





દહીં અને કેળાં નું સેવન આરોગ્ય માટે ફાયદાકારક...



ડૉ. નંદિની એસ. ગોસાઈ
જામનગર

જો સવારના સમયે તમે નાસ્તામાં દહીં કેળા ખાવ છો તો તેનાથી શરીરને આખો દિવસ કામ કરવાની એનર્જી મળે છે. દહીંમાં ગુડ બેકટેરિયા હોય છે અને સાથે જ કેલ્શિયમથી ભરપૂર છે. બીજી તરફ કેળા ફાઈબર અને આયર્નનો સ્રોત છે. આ બંને વસ્તુઓ ઘણી બધી સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાને દૂર કરવામાં મદદ કરે છે. દહીં અને કેળા પેટને ઠંડક આપે છે. આ સિવાય દહીં કેળા ખાવાથી અનેક ફાયદાઓ થાય છે જેમકે,

નબળાઈ દૂર કરે છે...

જે લોકોનું શરીર નબળું હોય અથવા તો નબળાઈ લાગતી હોય તેમણે દહીં કેળા ખાવા જોઈએ. દહીં અને કેળા ખાવાથી શરીરને એનર્જી મળે છે. દહીં કેળા ખાવાથી શરીરની નબળાઈ દૂર થાય છે. સવારના નાસ્તામાં એક કપ દહીંમાં એક કેળું મિકસ કરીને ખાવું જોઈએ.

પેટ માટે ફાયદાકારક...

દહીં કેળા પેટ માટે ફાયદાકારક છે. દહીં અને કેળા ખાવાથી પેટને ઠંડક મળે છે સાથે જ પેટ સંબંધિત સમસ્યા પણ દૂર થાય છે. તેનાથી પાચન પણ સારું રહે છે.

વજન ઘટે છે...

દહીં અને કેળા પ્રોટીન અને ફાઈબરનો સારો સ્રોત છે. નાસ્તામાં દહીં કેળા ખાશો તો કલાકો સુધી પેટ ભરેલું રહેશે જેના કારણે કેલરી ઈનટેક ઘટી જશે અને તમે ઝડપથી વજન ઉતારી શકશો.

હાડકા મજબૂત થાય છે...

દહીં અને કેળા કેલ્શિયમથી ભરપૂર હોય છે. આથી તેને ખાવાથી હાડકાં મજબૂત થાય છે અને હાડકામાં ઘનત્વ જળવાઈ રહે છે. તેનાથી રોગપ્રતિકારક શકિત મજબૂત થાય છે.

નિષ્ણાત વ્યક્તિનું મહત્વ...



મંથનપુરી એલ. ગોસ્વામી
સુરત

એક બહુ મોટી કંપનીના ઉત્પાદન વિભાગમાં કાર્યરત એક મશીન કોઇ ટેકનિકલ ખામીને કારણે બંધ થઇ ગયુ. મશીન બંધ થવાના કારણે કંપનીનું ઉત્પાદન કાર્ય અટકી ગયુ જેના પરિણામે કંપનીને દર કલાકે ખુબ મોટુ નુકસાન થવા લાગ્યુ. કંપનીની નિષ્ણાંત ઇજનેરોની ટીમ કામે વળગી પણ કોઇ રીતે આ મશીન ચાલુ થતું ન હતું.

કંપનીના સંચાલકોએ નુકસાન અટકાવવા માટે એક ટેકનિકલ સલાહકારની મદદ લેવાનું નક્કી કર્યુ. ટેકનિકલ

સલાહકારને કંપની પર બોલાવવામાં આવ્યા અને બંધ પડેલુ મશીન એમને બતાવવામાં આવ્યું. ટેકનિકલ સલાહકારે ધ્યાનથી મશીનનું નિરિક્ષણ કર્યુ. એકાદ-બે વખત મશીનને ચાલુ-બંધ કરાવ્યુ અને પછી એક નાની હથોડી મંગાવી. હથોડી આવી એટલે એ હાથમાં લઇને મશીનના એક ખાસ ભાગ પર હથોડીનો હળવો ઘા માર્યો અને પછી મશીન ચાલુ કરવાનું કહ્યુ. બધાના આશ્ચર્ય વચ્ચે મશીન ચાલુ થઇ ગયુ.

બીજા દિવસે ટેકનિકલ સલાહકારની ઓફિસમાંથી એમની ફી નું બીલ આવ્યુ. બીલ જોઇને સંચાલકો સહિત બધાને આશ્ચર્ય થયુ કારણકે માત્ર એક હથોડી મારવાનું બીલ 1000 ડોલર મોકલવામાં આવ્યુ હતું. કંપનીએ સામો પત્ર લખ્યો અને પુછાવ્યુ કે માત્ર હથોડીનો એક ટપોરો મારવાની ફી આટલી મોટી કેમ ?

ટેકનિકલ સલાહકારની ઓફિસમાંથી જવાબ આવ્યો " હથોડીનો ટપોરો મારવાની ફી તો માત્ર એક ડોલર જ છે ટપોરો મારવાનું કામ તો કોઇ મજૂર પણ કરી શકતો હતો પરંતુ એ એક ટપોરો ક્યાં મારવો એ નક્કી કરવાની ફી 999 ડોલર છે."

વિશ્વમાં ગમે તેવી મંદી ભલે હોય તો પણ નિષ્ણાંતોની કાયમ તંગી જ રહેવાની છે. જે ક્ષેત્રમાં હોઇએ એ ક્ષેત્રમાં નિષ્ણાંત બનીએ તો એક ડોલર વાળુ કામ કરવાની જરુર નહી પડે 999 ડોલર વાળુ કામ કરાવવા જગત સામે ચાલીને આપણી પાસે આવશે.

JOB ALERT

રેલવેમાં 3093 જગ્યાઓ માટે ભરતી

રેલવે દ્વારા ગયા સપ્તાહે અન્ય ૩૦૯૩ પદો પર ભરતીની જાહેરાત કરાઈ છે. આ માટે ગત તારીખ ૧૧ ડિસેમ્બરથી આવેદન સ્વીકારવાનું શરૂ કરાયેલ છે. અને આગામી ૧૧મી જાન્યુઆરી ૨૦૨૪ સુધી આવેદનપત્ર સ્વીકારાશે.

લાયકાત : ધોરણ ૧૦ પાસ + સંબંધિત આઈ.ટી.આઈ. ડિગ્રી પાસ

વયમર્યાદા : ૧૫ વર્ષથી ૨૪ વર્ષ

તેમજ તેને સ્ટાઈપેન્ડ આપવામાં આવશે. પહેલા યોગ્યતાને આધારે ઉમેદવારોને શોર્ટલિસ્ટ કરાયા બાદ તેમને મેરીટમાં સ્થાન અપાશે.

આ માટે સત્તાવાર વેબસાઈટ - rrcnr.org પર જઈને અરજી કરી શકશે.

દર્શનપુરી ડી. ગોસ્વામી
સુરત



- કાલે ડોક્ટર સાથે ભૂરો તેની તબિયત અંગે વાત કરતો હતો. ભુરાની જોબ, શિફ્ટ, રિપોર્ટિંગ, પગાર, કામનો પ્રકાર વગેરે-વગેરે વાતો એકદમ કાળજીપુર્વક સાંભળીને એમણે ભુરાને નીચે પ્રમાણે સલાહો આપી.
(૧) ખુબ ચાલો
(૨) કોલ્ડડ્રિંક એકદમ ઓછા કરો
(૩) દારૂ બિલકુલ જ નહીં
(૪) ખુબ પાણી પીઓ
(૫) નજીકમાં જવું હોય તો રીક્ષા ન કરો, ચાલીને જાવ
(૬) બહારનું ખાવાનુ બિલકુલ બંધ કરો
(૭) ઘરમાં પણ તેલવાળું, ઘી વાળું ન ખાવું
(૮)એકાદ દિવસની જ ટુર કરો, વધુ દિવસોની બિલકુલ નહીં
(૯) એકદમ સાદો ખોરાક ખાઓ.
ભુરાએ હા તો પાડી પછી ગભરાતાં-ગભરાતાં પુછ્યું : ડોક્ટર આમ ખરેખર મને થયું છે શું???
ડોક્ટર બોલ્યા : થયું કશું જ નથી. તારો પગાર જ ઓછો છે.

• • •

- બીડીના બંધાણીનો એક્સરે જોઈ ડોક્ટરે કીધું : તમારા ફેફસામાં કાણું છે.
બીડીનો બંધાણી : કાણું ફેફસામાં નથી એક્સરેમાં બીડી અડી ગઈ છે...

• • •

- પપ્પુ પોતાના પરિવાર સાથે છોકરી જોવા ગયો.
છોકરીવાળા: તમે કેટલું કમાઓ છો?
પપ્પુ: આ મહિને બે કરોડ કમાયો હતો પછી....
છોકરી વાળા: પછી શું?
પપ્પુ: બસ, પછી મોબાઈલમાં 'તીન પત્તી' હેંગ થઇ ગઈ અને બધી કમાણી જતી રહી.
પછી છોકરીવાળાએ પપ્પુને તેના પરિવાર સાથે બસ ડેપો સુધી ઉઘાડા પગે ભગાડ્યો.

• • •

- પતિ : અલી સાંભળે છે. આજે એવી ચા બનાવ કે રોમ-રોમ માં દિવા થાય.
પત્ની : દુધ "નાખું કે કેરોસીનન"

• • •

- અમેરિકન : અમારે ત્યાં વરસાદ પછી તરતજ રોડ પરથી પાણી ગાયબ.
ભારતીય : અમારે ત્યાં વરસાદ પછી પાણી માંથી રોડ જ ગાયબ.

• • •

- (ટીચર એ ક્લાસમાં પૂછ્યું)
ટીચર:- કયું પક્ષી ઝડપથી ઉડે છે?
પપ્પુ:- જેને ઉતાવળ હોય એ...!!
પપ્પુના માથા માં છુટ્ટુ ડસ્ટર માર્યું

• • •

તમારા મેડીકલ રીપોર્ટ ને જાણો...





ડૉ. સાગરગીરી આર. ગોસાઇ
જામનગર

યાદ રાખવાની મહત્વપૂર્ણ બાબતો:

1. બીપી: 120/80
2. પલ્સ: 70 - 100
3. તાપમાન: 36.8 - 37
4. શ્વાસ: 12-16
5. હિમોગ્લોબિન:
   પુરુષ - 13.50-18
   સ્ત્રી - 11.50 - 16
6. કોલેસ્ટ્રોલ: 130 - 200
7. પોટેશિયમ: 3.50 - 5
8. સોડિયમ: 135 - 145
9. ટ્રાઇગ્લિસરાઇડ્સ: 220
10. શરીરમાં લોહીનું પ્રમાણ:
    PCV 30-40%
11. સુગર લેવલ:
    બાળકો (70-130)
    પુખ્તો: 70 - 115
12. આયર્ન: 8-15 મિલિગ્રામ
13. શ્વેત રક્તકણો WBC: 4000 - 11000
14. પ્લેટલેટ્સ: 1,50,000 - 4,00,000
15. લાલ રક્તકણો RBC: 4.50-6 મિલિયન
16. કેલ્શિયમ: 8.6 -10.3 mg/dL
17. વિટામિન D3: 20 - 50 ng/ml.
18. વિટામિન B12: 200 - 900 pg/ml.



40 / 50 / 60 વર્ષનાં વરિષ્ઠ લોકો માટે ખાસ ટીપ્સ:

ટીપ : (1) જો તમને તરસ ન હોય અથવા જરૂર ન હોય તો પણ હંમેશા પાણી પીવો, સૌથી મોટી સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓ અને તેમાંથી મોટાભાગની સમસ્યા શરીરમાં પાણીની ઉણપને કારણે છે. દિવસ દીઠ ઓછામાં ઓછા 2 લિટર.

ટીપ : (2) શરીરથી બને તેટલું કામ કરો, શરીરની હલનચલન જેવી કે ચાલવું, તરવું અથવા કોઈપણ રમત હોવી જોઈએ.

ટીપ : (3) ઓછુ ખાઓ... વધુ ખાવાની ઈચ્છા છોડી દો... કારણ કે તે ક્યારેય સારું લાવતું નથી. તમારી જાતને વંચિત ન કરો, પરંતુ કદમાં ઘટાડો કરો. પ્રોટીન અને કાર્બોહાઈડ્રેટથી ભરપૂર ખોરાક લેવો.

ટીપ : (4) જ્યાં સુધી એકદમ જરૂરી ન હોય ત્યાં સુધી વાહનનો ઉપયોગ કરશો નહીં. જો તમે કરિયાણા લેવા, કોઈને મળવા અથવા કામકાજ કરવા માટે ક્યાંક જઈ રહ્યાં છો, તો તમારા પગ પર ચાલવાનો પ્રયાસ કરો. લિફ્ટ અને એસ્કેલેટરને બદલે સીડીઓ લો.

ટીપ : (5) ગુસ્સો છોડો, ચિંતા કરવાનું બંધ કરો, વસ્તુઓને અવગણવાનો પ્રયાસ કરો. મુશ્કેલીકારક પરિસ્થિતિઓમાં તમારી જાતને નિમજ્જન કરશો નહીં, તેઓ બધા સ્વાસ્થ્યને બગાડે છે અને આત્માની કીર્તિ છીનવી લે છે. સકારાત્મક લોકો સાથે વાત કરો અને તેમને સાંભળો.

ટીપ : (6) પ્રથમ, પૈસા પ્રત્યેની લગાવ છોડી દો. તમારી આસપાસના લોકો સાથે જોડાઓ, હસો અને વાત કરો! પૈસા અસ્તિત્વ માટે છે, પૈસા માટે જીવન નથી.

ટીપ : (7) તમારા વિશે અથવા તમે જે હાંસલ કરી શકતા નથી અથવા તમે જેનો આશરો લઈ શકતા નથી તેના વિશે ચિંતા કરશો નહીં. તેને અવગણો અને ભૂલી જાઓ.

ટીપ : (8) પૈસા, પદ, પ્રતિષ્ઠા, શક્તિ, સુંદરતા, જાતિ અને પ્રભાવ; આ બધા અહંકારને વેગ આપે છે. નમ્રતા લોકોને પ્રેમની નજીક લાવે છે.

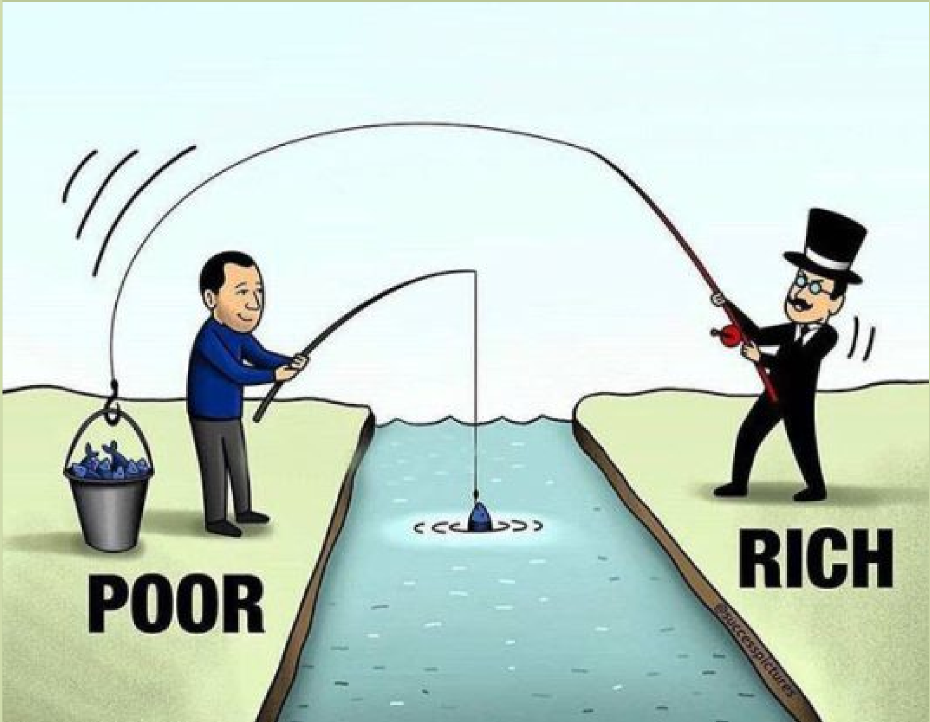
ટીપ : (9) જો તમારા વાળ સફેદ છે, તો તેનો અર્થ જીવનનો અંત નથી. આ એક સારા જીવનની શરૂઆત છે. આશાવાદી બનો, સ્મૃતિમાં જીવો, મુસાફરી કરો, આનંદ કરો. યાદો બનાવો.

ટીપ : (10) તમારા નાના બાળકોને પ્રેમ, સહાનુભૂતિ અને સ્નેહથી મળો. કટાક્ષ કંઈ બોલશો નહીં. તમારા ચહેરા પર સ્મિત મૂકો....

ભૂતકાળમાં તમે ગમે તેટલા મોટા પદ પર રહ્યા હોવ, વર્તમાનમાં તેને ભૂલી જાઓ અને રેન્કમાં જોડાઓ.....

ચિત્ર
સંદેશ

કરૂણ વાસ્તવિકતા



SAD REALITY



આભાર

ૐ નમો નારાયણ,

અત્યંત આનંદની લાગણી સાથે આ **'દશનામ સરક્યુલર'** ઈ-મેગેઝીનનો **જાન્યુઆરી–૨૦૨૪**નો **૧૯મો** અંક આપની સમક્ષ રજૂ કરું છું.

મને આશા છે કે આ અંક પણ આપને જરૂર ગમશે અને ઉપયોગી થશે. અગર આપ એવું ઈચ્છતા હો કે આ અંક આપણા સમાજના દરેક પરિવાર, સભ્ય સુધી પહોંચે, તો આપ આપના સગા-સ્નેહીજનો-મિત્રોના ગ્રુપમાં પણ જરૂર શેર કરજો.

'દશનામ સરક્યુલર' ઈ-મેગેઝીનમાં સંકલિત કરેલી કેટલીક ઉપયોગી માહિતી સોશિયલ મિડીયાના માધ્યમથી આપણા સમાજની દરેક વ્યકિત, પરિવાર સુધી પહોંચે અને ઉપયોગી થાય એવો અમારો આ નમ્ર પ્રયાસ છે. આ ઈ-મેગેઝિનનો અંક દર અંગ્રેજી મહિનાના પ્રથમ સપ્તાહમાં પ્રસિદ્ધ થાય છે.

'દશનામ સરક્યુલર' ઈ-મેગેઝીનને હજુ પણ શ્રેષ્ઠતમ બનાવવા આપના સૂચનો આવકાર્ય છે.

આ અંક માટે આપનો અભિપ્રાય અમને **વોટ્સએપ, ટેલિગ્રામ** અથવા **ઈ–મેલ** પર જરૂર મોકલશો, આપનો અભિપ્રાય અમારો ઉત્સાહ વધારશે.

'દશનામ સરક્યુલર' ઈ-મેગેઝીનના આગળના દરેક અંક આપ અમારી ટેલિગ્રામ ચેનલ :

"DASHNAM Circular"
Telegram Channel Link :
https://telegram.me/dashnamcircular

WhatsApp Group Link :
https://chat.whatsapp.com/JetVbaUVzpFLD610IGk9hc

પરથી દરેક અંક વિનામુલ્યે પ્રાપ્ત કરી શકો છો.

આપના આશીર્વાદ અને સાથ સહકાર મળતા રહે એવી અપેક્ષા સહ...
ૐ નમો નારાયણ...

- લલિતપુરી આર. ગોસ્વામી



‘દશનામ સરક્યુલર’
અંક દર મહિને પ્રાપ્ત કરવા

સ્કેન કરો અને વોટ્સએપ ગ્રુપ જોઈન કરો.

DASHNAM
CIRCULAR



WhatsApp
Group

સાદર અર્પણ...

અમારામાં સંસ્કારો અને આવડતોનું સિંચન કરનાર
અમારાં માતા-પિતાને...

कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन ।
मा कर्मफलहेतुर्भूर्मा ते संगोऽस्त्वकर्मणि ।।



પૂ. પિતાશ્રી રામપુરી નારણપુરી ગોસ્વામી • પૂ. માતુશ્રી જમનાબેન રામપુરી ગોસ્વામી

શ્રી પિતામ્બરપુરી રામપુરી ગોસ્વામી - અ.સૌ. અરૂણાબેન પિતામ્બરપુરી ગોસ્વામી
શ્રી શશીપુરી પિતામ્બરપુરી ગોસ્વામી - અ.સૌ. હેમાલીબેન શશીપુરી ગોસ્વામી
અર્પિતા
કુશકુમારપુરી પિતામ્બરપુરી ગોસ્વામી

•

શ્રી ધનસુખપુરી રામપુરી ગોસ્વામી - અ.સૌ. પુષ્પાબેન ધનસુખપુરી ગોસ્વામી
સુરજપુરી - દર્શનપુરી

•

શ્રી લલિતપુરી રામપુરી ગોસ્વામી - અ.સૌ. ભારતીબેન લલિતપુરી ગોસ્વામી
તન્વી - મંથનપુરી
(રબારીકા - જામજોધપુર / સુરત)